

Parma, 30/08/2022

Cammina che ti passa: a Fidenza torna "Reconnect fitwalk"

Sabato 10 settembre, passeggiata e yoga per una mattinata all'insegna del benessere. Un'iniziativa di Azienda Usl, Comune di Fidenza e Uisp, nell'ambito del "Francigena Fidenza Festival dei Cammini d'Italia e d'Europa"

Liberarsi dallo stress e disconnettersi dalla tecnologia attraverso l'attività fisica a contatto con la natura è l'obiettivo di "Reconnect fitwalk", l'iniziativa promossa dal **Servizio dipendenze patologiche del distretto di Fidenza dell'Azienda Usl** insieme al **Comune di Fidenza e a Uisp – Sport per tutti.**

Il via è sabato **10 settembre** con ritrovo al **parcheggio dell'Ospedale di Vaio** alle **8.45**. Il programma prevede una **camminata di 8 km** e una seduta di **ginnastica con l'utilizzo del metodo yoga con rilassamento finale** (per questa attività è necessario portare un materassino personale).

L'iniziativa è **gratuita** ed **aperta a tutti, fino all'esaurimento dei posti disponibili:** 60 per la camminata e 30 per la ginnastica. E' **necessaria la prenotazione,** inviando il proprio nome, cognome e data di nascita all'indirizzo email atletica@uispparma.it **entro venerdì 9 settembre.**

Per **informazioni** è possibile contattare il numero telefonico della Uisp 0521.707411.

"Reconnect fitwalk" è organizzato **in collaborazione** con Asp distretto di Fidenza, Ufficio di Piano distretto di Fidenza, Unità di strada dell'Azienda Usl e cooperativa Eidè.

L'evento è inserito nell'ambito del **"Francigena Fidenza Festival dei Cammini d'Italia e d'Europa".**